

ACTIVITEITEN EN CURSUSSEN HET COUVÉEHUIS



Het Couvéehuis
Frankenslag 139
2582 HJ Den Haag
070 – 350 06 94
balie.hch@welzijnscheveningen.nl
www.welzijnscheveningen.nl

Nieuwe vrijwilligers gezocht: Hulp bij Mantelzorg

Als vrijwilliger van Hulp bij Mantelzorg ontlast u de mantelzorger zodat de mantelzorger even iets voor zichzelf kan doen; bijtanken zodat de mantelzorger het vol kan houden. Activiteiten die van een vrijwilliger gevraagd worden zijn bijvoorbeeld; de hulpbehoevende een paar uurtjes gezelschap houden, het bieden van een luisterend oor, het voorlezen van een boek. Dit alles in overleg. Doet u graag iets voor een ander? Helpt u mee de mantelzorgers te ondersteunen? Neem dan contact op met het Vrijwilligerspunt Scheveningen via 070 416 20 20 of vrijwilligerspunt@welzijnscheveningen.nl Meer informatie over de vacature en de dienst zijn ook te vinden op www.welzijnscheveningen.nl

Maandag	Tijd	Docent/begeleider	Prijs	
Nederlands – niveau 1	9.15 – 10.15	Hermine Swarte	€ 2,00	Per les
Tekenatelier	9.30 – 12.30	Els Thijse	€ 55,00	Per 8 lessen
Nederlands – niveau 2	9.15 – 10.15	Will Nanne	€ 2,00	Per les
Naailes	9.30 – 11.30	Marry Zonneveld	€ 50,00	Per 8 lessen
Engelse conversatie groep 1	10.00 – 11.00	Hossein Asgarian	€ 2,00	Per les
De Ontmoeting	10.30 – 14.00	De ouderenadviseur	Op afspraak: 070 – 416 20 20	
Nederlands – niveau 1	10.30 – 11.30	Hermine Swarte	€ 2,00	Per les
Engelse conversatie groep 2	11.00 – 12.00	Ewa Szmraj	€ 2,00	Per les
Engelse conversatie groep 3	11.00 – 12.00	Hossein Asgarian	€ 2,00	Per les
Bridge	13.00 – 16.00	Greet Mensinga	€ 4,00	Per maand
Mantrakoor – Zingen met hart en ziel	13.30 – 15.00	Marion Kuipéri	€ 17,50	Per maand
Talentplus jobfinding hoger opgeleiden	13.30 – 16.30	Lex van Houte	Info: www.talentplus.nl	
Teken- en schilderles	13.30 – 15.30	Els Hillen	€ 40,00	Per 8 lessen
Portugees – niveau 1 ***	14.00 – 15.00	Rosi Bertoni	€ 36,00	Per 8 lessen
Poëzieschrijflles voor senioren	14.00 – 16.30	Martine Lekkerkerk	Info: 06 – 53 302 128	
Engels voor kinderen (7-12 jaar)	15.30 – 16.30	Rosi Bertoni	€ 24,00	Per 8 lessen
Tekenles voor kinderen in het Russisch	16.45 – 18.15	Gregory Kohelet	Info: 06 – 47 010 019	
Russische les – niveau 2	17.30 – 18.30	Irina Gomzina	€ 24,00	Per 8 lessen
Naailes	18.00 – 20.00	Marry Zonneveld	€ 50,00	Per 8 lessen
Tai Chi – niveau 1	18.00 – 19.00	Dick Plug	€ 24,00	Per 8 lessen
Tai Chi – niveau 3	19.00 – 20.30	Dick Plug	€ 34,00	Per 8 lessen
Mahjong – op de even weken	19.30 – 22.00	Joyce Goddijn	€ 7,50	Per kwartaal
Koor “Haagse Herrie”	20.00 – 21.30	Annick van Gennip	Info: 06 – 46 084 309	
Frans – niveau 2	20.00 – 21.30	Danielle Kurent	€ 24,00	Per 8 lessen
Naailes	20.00 – 22.00	Marry Zonneveld	€ 50,00	Per 8 lessen
Dinsdag	Tijd	Docent/begeleider	Prijs	
Boetseren	9.00 – 12.00	Maarten van der Hout	€ 10,00	Per maand
Welkom buitenlandse vrouwen	9.15 – 11.45	Hermine Swarte	gratis	
Spaanse les – niveau 4	9.30 – 10.30	Maria Freyre	€ 24,00	Per 8 lessen
Franse les – niveau 4	9.30 – 10.30	Remco Lodeweges	€ 30,00	Per 8 lessen
Teken- en schilderles	9.30 – 12.00	Sandra Thie	Info: 06 – 51 49 51 02	
Lezing vaderlandse gesch. 1 ^e dinsdag v.d. maand	9.45 – 11.45	Janny jonkman	€ 1,50	Per keer
Praktische Filosofie voor beginners – 2 ^e en 4 ^e di van de maand	09.30 – 12.00	Meijer Stad	€ 2,50	Per keer
Spaanse les – niveau 1	10.45 – 11.45	Maria Freyre	€ 24,00	Per 8 lessen
Franse conversatie	11.00 – 12.00	Remco Lodeweges	€ 30,00	Per 8 lessen
Spaanse les – niveau 3	12.00 – 13.00	Maria Freyre	€ 24,00	Per 8 lessen
Lunch - 1 ^e dinsdag v.d. maand	12.00 – 13.00	Ank Ammeraal/Lyda Mos	€ 3,50	Per keer
Spaanse les – niveau 2	13.15 – 14.15	Maria Freyre	€ 24,00	Per 8 lessen
Tekenatelier	12.15 – 14.45	Els Thijse	€ 45,00	Per 8 lessen
Bridge	12.45 – 16.00	Giok Tie-So	€ 4,00	Per maand
Cursus voetreflexzonetherapie	13.30 – 15.00	Truus Rademaker	€ 40,00	Per 8 lessen
Mindfulness NIEUW	15.30 – 16.30	Truus Rademaker	€ 30,00	Per 8 lessen
Tekenles voor kinderen in het Russisch	16.45 – 18.15	Gregory Kohelet	Info: 06 – 47 01 00 19	
Tai Chi – niveau 2	17.30 – 18.30	Dick Plug	€ 24,00	Per 8 lessen
Naailes	19.00 – 21.00	Marry Zonneveld	€ 50,00	Per 8 lessen
Yoga	19.30 – 20.30	Ine Stomps	€ 27,50	Per 8 lessen
Nohbem – Portugese Filosofische studiegroep	19.15 – 21.30	Christiane de Freitas	€ 2,50	Per maand
Teken- en schilderles	19.30 – 22.00	Sandra Thie	Info: 06 – 51 49 51 02	
Hypnotherapie en healing	19.00 – 22.00	Vinod Bhagwandin	Info: 06 – 48 98 13 75	
Frans – niveau 2	20.00 – 21.30	Danielle Kurent	€ 24,00	Per 8 lessen
Yoga	20.45 – 21.45	Ine Stomps	€ 27,50	Per 8 lessen
Woensdag	Tijd	Docent/begeleider	Prijs	
Naailes	9.30 – 11.30	Marry Zonneveld	€ 50,00	Per 8 lessen
Franse les - niveau 4	9.30 – 10.30	Veronique Jullian	€ 30,00	Per 8 lessen
Gespreksgroep Mantelzorgers – 2 ^e woensdag	10.00 – 11.45	Janneke Ariaans	gratis	Open inloop
Statenkoor	10.30 – 11.30	Albertine van Kesteren	€ 3,50	Per maand

Spaans (volksuniversiteit)	10.30 – 12.00	Claudia Garcia Capacho		Info: 070 – 32 80 341
Stoelyoga	10.00 – 11.00	Yvonne van Helvoirt	€ 28,00	Per 8 lessen
Franse les – niveau 2	10.45 – 11.45	Remco Lodeweges	€ 30,00	Per 8 lessen
Franse les – niveau 1	12.00 – 13.00	Remco Lodeweges	€ 30,00	Per 8 lessen
Poffertjes eten	12.00 – 13.00	Frits Scheelings	€ 0,75	Per portie (8 stuks)
Duitse les – niveau 4	11.45 – 12.45	Anneliese Kröger	€ 24,00	Per 8 lessen
Duitse les – niveau 2	13.00 – 14.00	Anneliese Kröger	€ 24,00	Per 8 lessen
Boetseren	12.00 – 15.00	Willy en Mary-Ann	€ 10,00	Per maand
CA-Holland	12.00 – 13.15			Hulplijn: 06 – 14 62 35 75
Bridge	12.30 – 16.00	Wil en Corrie	€ 40,00	Per jaar
Lego Challenge – Young engineers	13.00 – 14.15	Joost Luttge		joost@youngeng.nl
Franse conversatie	13.00 – 14.30	Danielle Kurent	€ 24,00	Per 8 lessen
Schaken	14.00 – 16.00	Henk Wardenaar	€ 2,50	Per maand
Filosofieles	14.30 – 16.30	Tom Dommissie		Info: 06 – 51 891 764
Alzheimer Café - 1 ^e woensdag v.d. maand	19.00 – 21.30	Janneke Ariaans	gratis	Open inloop
Tekenatelier	19.00 – 21.00	Els Thijsse	€ 35,00	Per 8 lessen
CA-Holland	19.00 – 20.00			Hulplijn: 06 – 14 62 35 75
Mindfulness en trancemeditatie	19.30 – 21.30	Robert Bronnewasser	€ 60,00	Per 8 lessen
Boetseren	19.30 – 22.00	Nel Taal	€ 7,50	Per maand
Donderdag	Tijd	Docent/begeleider	Prijs	
Vilten voor gevorderden	9.30 – 12.30	Willemijn Swarte	€ 20,00	Per 4 lessen
Bridge	9.30 – 12.30	Marieke v.Nieuwenhuyzen	€ 40,00	Per jaar
Volksdansen 55+	9.45 – 10.45	Marijke Gorter	€ 24,00	Per 8 lessen
Ouder- en kindgroep	10.00 – 12.00	Lida van Ruijven	€ 1,50	Per keer
Ouder Peutergym	10.00 – 10.45	Carol van Lingen	€ 32,00	Per 8 lessen
Ouder Peutergym	11.00 – 11.45	Carol van Lingen	€ 32,00	Per 8 lessen
Country on Line 55+	11.15 – 12.30	Marijke Gorter	€ 24,00	Per 8 lessen
Bridgeles voor lichtgevoerde	13.00 – 15.30	Andrea Dickhoff	€ 48,00	Per 8 lessen
Voetjes van de Vloer - Seniorengym 65+	13.30 – 14.45	Dick Plug	€ 24,00	Per 8 lessen
Mindfulness en trancemeditatie	13.00 – 15.00	Robert Bronnewasser	€ 60,00	Per 8 lessen
Tai Chi – niveau 4	14.30 – 16.30	Rick Verbaan	€ 62,50	Per 8 lessen
Lijn Tien – training groep 7 en 8	15.00 – 16.30	Leontien en Marjolijn		Info: 06 – 25 005 920
Diner Cuvée – warme maaltijd	17.00 – 19.00	Luz of Michiel (de koks)	€ 5,00	3 gangen maaltijd
Spaans – niveau 2	19.00 – 20.00	Maritza Urritia	€ 24,00	Per 8 lessen
Fotoclub - op de even weken	19.30 – 22.00	Sue Arloff	€ 30,00	Per jaar
Frans – niveau 2	20.00 – 21.45	Danielle Kurent	€ 24,00	Per 8 lessen
Spaanse conversatie ***	20.15 – 21.15	Maritza Urritia	€ 24,00	Per 8 lessen
Vrijdag	Tijd	Docent/begeleider	Prijs	
Boekenleesclub – laatste vrijdag v.d. maand	9.30 – 11.30	Hannah Smeets	gratis	Open inloop
Engels – niveau 2	9.30 – 10.30	Rosi Bertoni	€ 24,00	Per 8 lessen
Chinese Schilderkunst – Far East Art	9.30 – 11.30	Veronique Jullian		Info: 06 – 34 580 025
Mahjong - op de oneven weken	9.45 – 12.30	Joyce Goddijn	€ 7,50	Per kwartaal
Yoga	10.00 – 11.15	Johan Hoft	€ 32,00	Per 8 lessen
Teken- en schilderles	10.00 – 12.00	Kunstenaar	€ 90,00	Per 16 lessen
Bridgeles (half)gevoerde	10.00 – 12.30	Selma van Geldere	€ 50,00	Per 8 lessen
Country on Line 55+	10.00 – 11.15	Kees Bras	€ 24,00	Per 8 lessen
Engels – niveau 3	10.30 – 11.30	Rosi Bertoni	€ 24,00	Per 8 lessen
Portugees – niveau 3	11.30 – 13.00	Rosi Bertoni	€ 36,00	Per 8 lessen
Yoga	11.30 – 12.45	Jan Willem Hilbrands	€ 32,00	Per 8 lessen
Tafeltennis	13.15 – 16.00	Albertine van Kesteren	€ 3,50	Per maand
Cursus stofferen – 4 lessen	13.30 – 15.00	Radjen Dwarka	€ 25,00	Per cursus
Franse les – niveau 1	14.00 – 15.30	Danielle Kurent	€ 24,00	Per 8 lessen
Sloveense les – kinderen	16.00 – 17.30	Danica S. Novosel		Info: 06 – 86 254 288
Sloveense les – volwassenen	17.30 – 19.00	Danica S. Novosel		Info: 06 – 86 254 288
Tekenen en schilderen 12 – 18 jaar	16.30 – 18.30	Els Thijsse	€ 35,00	Per 8 lessen
Diner Cuvée – warme maaltijd	17.00 – 19.00	Hans Walison (kok)	€ 5,00	3 gangen maaltijd

Zaterdag	Tijd	Docent/begeleider	Prijs	
Robotics 6/8-8/12 jr.	10.00 – 11.00	Banzita Mwilambwe	€ 42,00	Info: 06 – 47 820 422
Robotics/Electronics/Coding/3D 8 -12 jr.	11.00 – 12.00	Banzita Mwilambwe	€ 42,00	Per maand
Diner Couvée – 1 ^e en 3 ^e zaterdag v.d. maand	17.00 – 19.00	Wim Romijn	€ 5,00	3-gangen maaltijd
Luxe maaltijd Maison de Kú Kú	18.00 – 21.30	Mariëtte Bauer		Info: 06 – 14 408 727
Zondag	Tijd	Docent/begeleider	Prijs	
Theorielessen rijbewijs – in het Engels	9.00 – 16.00	Niki Dielissen		Info: 020 – 48 90 801
Diner Couvée – 2e zondag v.d. maand	12.30 – 15.00	Giok Tie-So	€ 6,50	Per keer
Op afspraak	Op afspraak	Docent/begeleider	Prijs	
Fietsles (ma. t/m vrijdag)	Op afspraak	Hermine Swarte	€ 2,00	Tel. 070 – 364 38 98
Zwemmen in de Blinkerd (ma. t/m vrijdag)	Op afspraak	Hermine Swarte	€ 3,25	Tel. 070 – 364 38 98
Pianoles (di. t/m vrijdag)	Op afspraak	M. de los Angeles Esteves		piano.maria@hotmail.com
Accordeonles-gratis proefles (woensdag)	Op afspraak	Bosz de Kler		Info: 06 – 15 465 232
Voetreflexzonemassage (woensdag)	Op afspraak	Truus Rademaker		Info: 06 – 44 786 649
Ontspanningsmassage / reiki (ma. t/m vr.dag)	Op afspraak	Maria Nastawska		Info: 06 – 53 927 794
Taalles: Engels-Spaans-Hongaars-Dutch (vrijdag)	Op afspraak	Conny van Sluijs		Info: 06 – 18 777 545

- Voor cursussen met drie sterretjes geldt: start bij voldoende deelnemers.
- Prijzen en tijden onder voorbehoud van wijzigingen.
- Waar geen prijs maar een telefoonnummer staat, zijn huurders en geen eigen activiteiten.
- Op vertoon van uw geldige ooievaarspas krijgt u bij een aantal cursussen of activiteiten korting.
- Doet u vrijwilligerswerk bij Welzijn Scheveningen dan krijgt u bij een aantal cursussen of activiteiten korting.
- Voor onze maaltijdprojecten van Diner Couvée geldt dat u zich uiterlijk 2 dagen van te voren dient op te geven.

Diensten	Dag	Tijd	Prijs	
Boekenuitleen	Ma. t/m vrijdag	9.00 – 17.00	€ 0,20	Per boek
Kledingklussendienst	Maandag	10.00 – 12.00	divers	Open inloop
Pedicure – Norma	Maandag	9.00 – 17.00	€ 26,00	Op afspraak
Pedicure – Juliana	Dinsdag	9.00 – 17.00	€ 26,00	Op afspraak
Spreekuur wijkagent	3 ^e dinsdag	19.30 – 20.00	gratis	Open inloop
Spreekuur ouderenadviseur	Dinsdag	10.00 – 11.00	gratis	Open inloop
Spreekuur Vrijwilligerspunt Scheveningen	Dinsdag	11.00 – 12.00	n.v.t.	Open inloop
Spreekuur computervragen -problemen	3 ^e Maandag	16.00 – 17.30	gratis	Open inloop
Gespreksgroep mantelzorgers dementie	2 ^e Woensdag	10.00 – 11.45	gratis	Open inloop
Trombosediens	Woensdag	9.00 – 10.00	n.v.t.	Open inloop

Onderstaand een overzicht van een tweetal activiteiten die plaatsvinden in Groot Hertoginneduin, Voltastraat 107. U kunt vrijblijvend langsgaan voor een proefles.

Activiteit	Dag	Tijd	Prijs	
Kom in beweging (seniorengym)	maandag	12.30 – 13.30	€ 8,00	Per maand
Tai Chi (65+)	donderdag	11.00 – 12.00	€ 10,00	Per maand



Vrijwilligerswerk: Mocht u geïnteresseerd zijn in vrijwilligerswerk in het Couvéehuis dan kunt u contact met ons opnemen.

Buurtinitiatieven: Voor buurtbewoners stellen wij onze ruimtes gratis of voor een gering bedrag beschikbaar om zelf éénmalige of doorlopende activiteiten op te zetten of cursussen te organiseren. Ook kunnen wij u ondersteunen bij het aanvragen van subsidies hiervoor. Voor meer informatie hierover kunt u contact opnemen met de locatiemanager, Marja Verhoeve. marja.verhoeve@welzijnscheveningen.nl

20-02-2017